مختلف قہوہ جات اور ان کے مختصر طبی فوائد

آج سے چند سال پہلے کوئی بیمار ہو جاتا تو اسے چائے یا چائے کے ساتھ دوائی کھانے کو کہا جاتا تھا۔ آہستہ آہستہ چائے کا رواج پڑتے پڑتے اس قدر زیادہ ہو گیا ہے کہ ہر کوئی چائے پینے کا شوقین بلکہ کچھ لوگ تو اس کے عادی اور نشئی بن گئے ہیں۔ چائے کی پتی میں تھی ان ڈین، ٹرین ٹینک ایسڈ، کلورو فائل، البوین، ایتھریل آئل، اپوتھمیا، موم اور کچھ منجمد قسم کے مادے پائے جاتے ہیں۔ تھی ان ڈین، کیفین سے ملتی جلتی ہے یا اسی کو کیفین کہہ لیں جو چائے میں آٹھ سے دس فیصد زائد ہوتی ہے۔ چائے نیند اڑاتی ہے، خشکی پیدا کرتی ہے۔ دودھ اگر خالص ہو (جو آج کل صرف خوش نصیبوں کو ملتا ہے)، چائے کی پتی خالص ہو تو یہ حرارت پیدا کرتی ہے، ذہنی قوتیں تیز کرتی ہے، دل کے فعل کو تیز کرتی ہے، نفسیاتی طور پر سکون مہیا کرتی ہے۔ بعض لوگوں میں چائے پینے کے بعد چستی آ جاتی ہے اور وہ اپنا کام زیادہ توجہ، محنت اور لگن سے کرتے ہیں۔ مگر آج کل جو چائے ہم پی رہے ہیں وہ چائے نہیں ہوتی کیونکہ اس میں دودھ کے بجائے پانی جیسی کوئی پتلی چیز ہوتی ہے جس میں بے شمار ملاوٹیں اور مضر صحت اشیاء شامل کی جاتی ہیں۔ غذائی ماہرین کے مطابق اس میں کم و بیش چھ مضر صحت چیزوں کی ملاوٹ کی جاتی ہے۔ چائے کی پتی میں رنگ پیدا کرنے کے لیے حیوانی خون شامل کیا جاتا ہے اور سفید چینی تو سفید زہر ہے۔ حکماء تجویز کرتے ہیں کہ ہمیں چائے چھوڑ کر قہووں کے استعمال کو بڑھانا چاہیے۔ بعض حکماء دوائی

کے ساتھ مختلف قہوہ جات بھی تجویز کرتے ہیں۔ قہووں کے بے شمار طبی فوائد ہیں جو درج ذیل ہیں۔

درج ذیل مختلف خوش ذائقہ قہووں میں حسب ضرورت اور حسب خواہش نمک، چینی یا شہد ملا کر استعمال کریں۔

قہوہ لونگ، دار چینی

اینٹی سیپٹک، ہیضہ، بلغم سے آرام، سردی میں حرارت، جگر کو طاقت، بھوک لگائے، کھایا پیا ہضم کرے، ریاح خارج، پتھری اور فالتو چربی کا علاج۔

قہوہ ادرک

بھوک لگائے، ریاح خارج، پتھری خارج، مقوی بصارت، چہرے کی رنگت میں نکھار۔

قہوہ تیز پات

کاسر ریاح، مقوی معدہ، مقوی قلب، سر درد میں نہایت مفید۔

قہوہ اجوائن دیسی

کاسر ریاح، بخار میں مفید، گرمی کے موسمی امراض سے بچاؤ۔

قہوہ گل بنفشہ

کھانسی، نزلہ، زکام میں مفید، سانس کی نالیوں کو کھولتا ہے، حلق کی خراش دور کرتا ہے۔

قہوہ بنفشہ

دائمی ریشہ، کیرا، نزلہ، زکام، کھانسی کا مکمل علاج۔ بے شمار دیگر فوائد کا حامل ہے اور ہر موسم میں کارگر ہے۔

قہوہ بنفشہ، ملٹھی

نزلہ، زکام، کھانسی، بلغم، سینے کی جلن، حلق کی خراش، قبض کو دور کرے۔

قہوہ بنفشہ، بہی دانہ

گلے کے امراض، نزلہ زکام، دل کا درد، گردوں کے درد، پیشاب کی جلن، قبض دور کرتا ہے۔

قہوہ گورکھ پان بوٹی

بلڈ پریشر میں کمی، مصفی خون، خارش دور، کولیسٹرول کم کرتا ہے۔

قہوہ ادرک، شہد

شہد میں شفا ہے، سردی کے موسمی اثرات سے بچاؤ، نزلہ، زکام، کھانسی، بند ناک میں مفید ہے۔

قہوہ انجبار

اسہال بند، آنتوں میں قوت، جاری خون بند، ٹانگوں میں درد اور کڑل دور کرے۔

قہوہ ریش (داڑھی) برگد

فالج لقوہ میں مفید، عورتوں اور مردوں کی تولیدی بیماریوں میں مفید اور طاقت بخش دوا۔

قہوہ گل سرخ

گاڑھی بلغم رقیق کرے، قبض دور، سردیوں میں حفظ ماتقدم طبیعت کو نرم لطیف کرے۔

قہوہ کالی پتی

نقاہت دور کرتا ہے، پسینہ لاتا ہے، خون کی گردش تیز کرے، سردی کے موسم میں سردی سے دفاع۔

قہوہ لیمن گراس

بلغم، نزلہ، سردی میں مفید، اسہال، کڑل دور کرے، لو بلڈ پریشر میں مفید۔

قہوہ زیرہ سفید اور الائچی

معدے کی جلن، بواسیر میں مفید، کھانا ہضم کرے، بھوک صالح پیدا کرے۔

قہوہ سونف (بادیان)

کاسر ریاح، خشک کھانسی، معدے کی جلن میں مفید، ہاضمہ بڑھائے، بھوک لگائے۔

قہوہ بادیان خطائی، دار چینی اور الائچی

قوت ہاضم بھوک بڑھائے، چائے پینا بس ایک عادت ہے اس کو دور کرے، بے شمار طبی فوائد۔

قہوہ بھوسی گندم

نزلہ، زکام، بند ناک، گاڑھی بلغم کا علاج پیشاب میں جلن دور کرتا ہے۔